

چکیده

عنوان: بررسی ارتباط الگوی خواب و اندکس رشدی در کودکان دبستانی شهر قزوین سال تحصیلی ۹۵ - ۱۳۹۴

زمینه و هدف: خواب سلامت رشد جسمانی و تکاملی را تامین میکند. شواهدی وجود دارد که رابطه‌ای میان خواب و اندکس های رشدی را نشان می‌دهد. هدف از مطالعه بررسی ارتباط میان الگوی خواب و اندکس های رشدی در کودکان دبستانی قزوین است.

روش پژوهش: در این مطالعه از نوع اپیدمیولوژیک توصیفی، ۲۵۹ کودک در سنین ۷ تا ۱۲ سال، به صورت تصادفی از ۴ دبستان شهر قزوین انتخاب شدند. از پرسشنامه CSHQ برای جمع‌آوری داده‌های کیفیت و عادات خواب استفاده و همچنین اندکس های رشدی کودکان مانند قد، وزن، دور گردن، دور کمر، دور لگن و BMI با روش های استاندارد اندازه گیری شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان می‌دهند که در جامعه مورد بررسی میانگین سن $7/1 \pm 9/4$ سال، میانگین BMI $17/3 \pm 18/1$ کیلوگرم بر متر مربع، میانگین امتیاز CSHQ $50 \pm 7/2$ ، میانگین ساعت خواب شبانه‌روزی $1/4 \pm 10/2$ ساعت و میانگین ساعت از خواب بیدار شدن $54' \pm 8:24'$ دقیقه می‌باشد. همچنین رابطه معناداری بین اندکس های رشدی با امتیاز جامعه از CSHQ، میانگین طول مدت خواب در شبانه‌روز و میانگین ساعت بیدار شدن از خواب یافت شد ($P\text{-value} < 0/05$).

نتیجه گیری: بر اساس یافته‌های حاصل از مطالعه حاضر می‌توان به این نتیجه رسید که میان الگوی خواب با اندکس‌های رشد در میان کودکان سنین دبستان رابطه معناداری وجود دارد. با توجه به همسو بودن نتیجه این پژوهش با اکثر مطالعات و مغایر بودن نتیجه آن با بعضی دیگر از مقالات، هم‌چنان به مطالعات گسترده‌تری در این زمینه و در گروه‌های سنی مختلف کودکان در سطح جهانی به خصوص ایران نیاز داریم.

واژه‌های کلیدی: خواب؛ رشد؛ کودکان؛ سنین دبستان؛ مطالعه اپیدمیولوژیک توصیفی.